

# **ESTUDIO SOBRE EL IMPACTO FÍSICO Y PSICOLÓGICO DE LA SITUACIÓN DERIVADA DE LA COVID-19**

---

Informe de divulgación de resultados



**Universidad Complutense de Madrid**

Estudio aprobado por la Comisión Deontológica de la  
Facultad de Psicología de la Universidad Complutense

---

### **Equipo investigador:**

**Dra. Ana Isabel Guillén**

Profesora de la Facultad de Psicología  
Universidad Complutense de Madrid

**Dra. Carolina Marín**

Profesora de la Facultad de Psicología  
Universidad Complutense de Madrid

**Dra. Mar Gómez**

Profesora de la Facultad de Psicología  
Universidad Complutense de Madrid

---

El contenido de este documento está protegido por  
una licencia Creative Commons:

Atribución-No Comercial-Sin Derivadas 4.0 Internacional  
(CC BY-NC-ND 4.0)

Junio 2020



---

## 1

OBJETIVOS Y  
PARTICIPANTES

---

## 2

EL IMPACTO FÍSICO

---

## 3

EL IMPACTO PSICOLÓGICO

---

## 4

LA RESILIENCIA

---

## 5

CONCLUSIONES

---

AGRADECIMIENTOS



# OBJETIVOS DEL ESTUDIO

## Objetivo general

Estudiar el **impacto físico y psicológico sobre la población** de la situación de crisis sanitaria y de confinamiento derivada de la COVID-19.

### Objetivos específicos:

- 1- Evaluar la **prevalencia de síntomas somáticos, de ansiedad y de depresión** en población residente en España.
- 2-Evaluar la capacidad de **resiliencia**.
- 3- Analizar el **papel moderador de la resiliencia** sobre el estado físico y psicológico.



La situación derivada de esta pandemia supone un **fuerte estresor** que incrementa el riesgo de experimentar alteraciones físicas y psicológicas.



# PARTICIPANTES

# 3253

personas procedentes de toda España participaron en el estudio.

Los criterios de inclusión fueron:

- Ser mayor de 18 años.
- Residir en España.
- Aceptar el consentimiento informado.

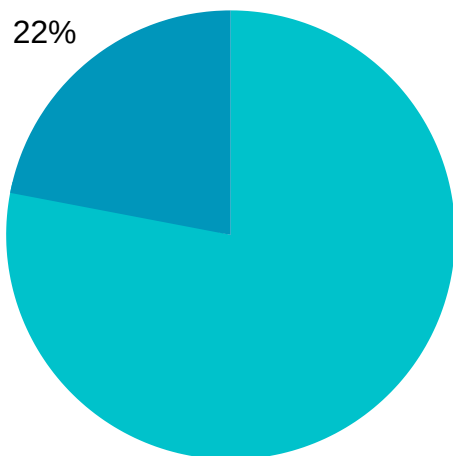
Recogida de datos durante las **3 primeras semanas** de confinamiento (15 marzo a 6 de abril 2020)

## ¿Qué se evaluó?

Síntomas somáticos  
Ansiedad  
Depresión  
Resiliencia

Hombres

22%



78%

Mujeres

La edad media fue de **32 años**.  
Participaron personas entre 18 y 88 años.

**41%** eran trabajadores por cuenta propia o ajena.

**48%** eran estudiantes.

**7%** vivía solo/a.

**17%** tenía hijos/as menores de edad.

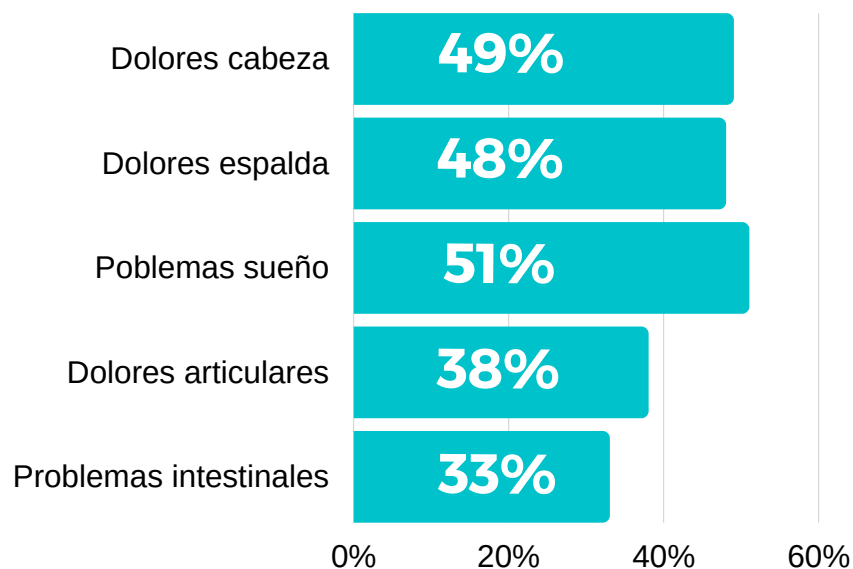


## EL IMPACTO FÍSICO

**1 de cada 7  
participantes**

*superaba el punto de corte  
para un posible trastorno  
somático*

### Problemas más frecuentes:





## EL IMPACTO PSICOLÓGICO

# 47%

**de los participantes**

*estaba en riesgo de presentar un  
trastorno emocional  
(ansiedad/depresión)*

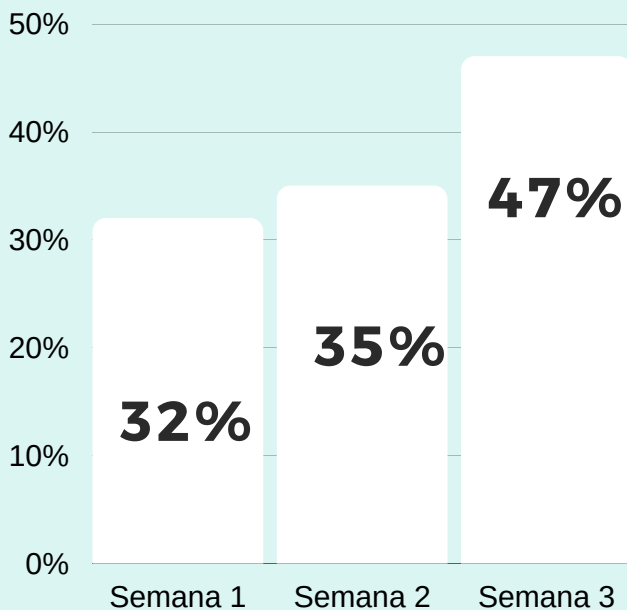
**80%** había sentido  
nerviosismo en la  
última semana

**75%** había tenido  
sensaciones de gran  
angustia o temor

Las personas más  
**jóvenes** mostraban  
más síntomas



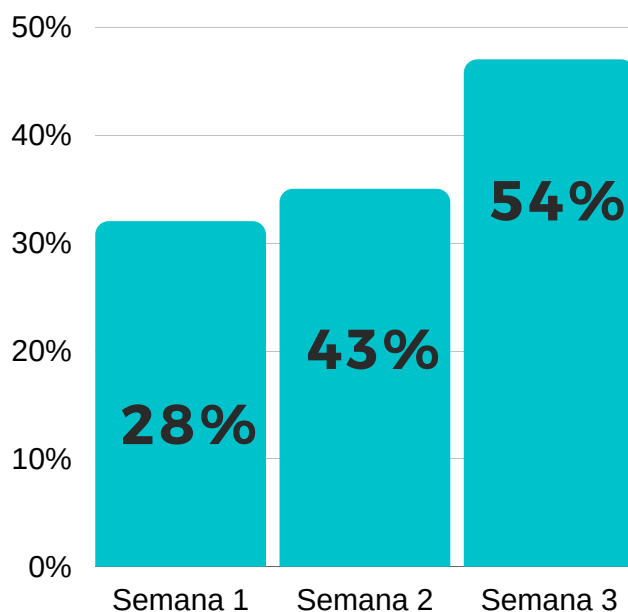
# EL IMPACTO PSICOLÓGICO



## Ansiedad

Los síntomas de ansiedad estaban **presentes desde el inicio** del confinamiento. Además, **se incrementaban** con el paso del tiempo.

En la tercera semana de confinamiento, **casi la mitad** de los participantes presentaba un posible trastorno de ansiedad.



## Depresión

Los síntomas de depresión eran ligeramente **menos frecuentes** que los de ansiedad en la primera semana de confinamiento.

Pero **aumentaban sustancialmente** conforme avanzaban las semanas, superando a los síntomas de ansiedad en la tercera semana de confinamiento.

# LA CAPACIDAD DE RESILIENCIA

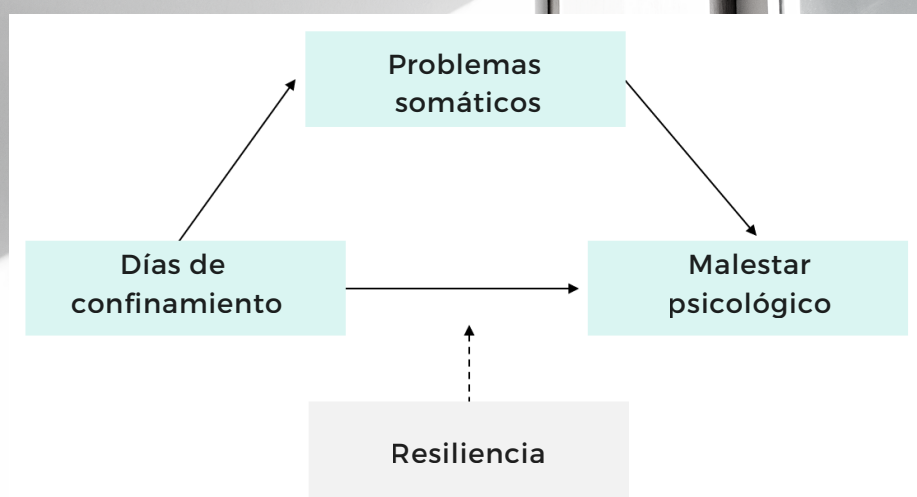
*La resiliencia es la capacidad para adaptarse a experiencias vitales difíciles o desafiantes*

La mayoría de los participantes mostraba una capacidad de **resiliencia media o alta**.

Variables asociadas a una mayor resiliencia:

- Mayor **edad**.
- Ser **mujer**.

La resiliencia moderaba el efecto del número de días de confinamiento sobre el estado psicológico.



# CONCLUSIONES

## **Elevada prevalencia**

de síntomas físicos  
y psicológicos  
durante el  
confinamiento

## **Niveles crecientes**

de ansiedad y  
depresión a medida  
que transcurren las  
semanas

## **Las personas más jóvenes**

presentan un mayor  
riesgo de síntomas

## **La capacidad de resiliencia**

amortigua el efecto  
del confinamiento



# AGRADECIMIENTOS

Gracias a todas las personas que han participado y han hecho posible este estudio.

Gracias a quienes luchan contra la pandemia de COVID-19.

Si desea mayor información sobre el estudio, puede contactar con:  
**[anaisabelguillen@ucm.es](mailto:anaisabelguillen@ucm.es)**